SAÚDE Mental
Edição XX

Capítulo 15

SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: GATILHOS DE RISCO PARA O UNIVERSITÁRIO TER A IDEAÇÃO

GABRIELA COSTA DE CASTRO[1]
LAURA FURTADO MALTA[1]
MATEUS FIGUEIREDO[1]
PEDRO HENRIQUE SPINOLA ALVES[1]
VITÓRIA CASTRO BARBOSA[1]
GEOESELITA BORGES TEIXEIRA[2]

[1]Discente – Medicina na Universidade de Rio Verde
[2]Docente - Medicina na Universidade de Rio Verde

Palavras-Chave: *Saúde Mental; Universidade; Suicídio; Prevenção.*

DOI 10.59290/978-65-6029-169-0.15

EDITORA PASTEUR

INTRODUÇÃO

O suicídio é definido como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que incerto ou impreciso, usando um meio que ele acredita ser letal. Também fazem parte do que habitualmente chamamos de comportamento suicida: os pensamentos, os planos e a tentativa de suicídio (ABP & CFM, 2014).

O suicídio é um problema significativo de saúde pública global, resultando em quase 700.000 mortes anuais em todo o mundo, com uma taxa global de 9,0 por 100.000 habitantes (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022). O percentual de suicídio entre jovens cresceu 6% ao ano no Brasil entre os anos de 2011 e 2022. O número foi maior que na população em geral, cuja taxa de suicídio teve crescimento médio de 3,7% ao ano, neste mesmo período (ALVES *et al.*, 2024). Existem diversos fatores que variam e influenciam esse aumento da taxa, sendo eles, a idade, o sexo, presença de transtornos mentais, risco ou proteção em todos os níveis (individual, familiar e comunitário) e o meio para tal finalidade (LIU *et al.*, 2022).

Os estudantes universitários vivenciam um período de dúvida, sofrimento e angústia durante a vida acadêmica. Além de que, os mesmos vivenciam diversos estressores, como, viver fora de casa e longe dos pais, reprovações, expectativas com relação ao curso escolhido, novas responsabilidades, mudanças no convívio social, à solidão e a saudade (GALVÃO *et al.*, 2021). E essas mudanças afetam diretamente o desempenho acadêmico, podendo ser de forma positiva, em que a crise é superada garantindo um aumento da sua maturidade biopsicossocial, ou negativa, onde não consegue lidar com as mudanças, evidenciando o seu estado de desequilíbrio e sentimento de instabilidade para resolver a crise, o que pode repercutir em desesperança (SOSTER *et al.*, 2021).

Assim, demonstra-se estar relacionada com maior probabilidade de envolvimento em condutas suicidas. Pois, os estudantes enfrentam níveis de estresse elevados devido às mudanças que vivenciam nessa transição de fases da vida, o que pode afetar sua saúde mental e aumentar o risco de manifestação de comportamentos e ideação suicida (GRANER & CERQUEIRA, 2019).

Dessa forma, a finalidade desse artigo é debater como a admissão em uma instituição de ensino superior (IES) pode afetar a saúde mental dos estudantes, construindo um debate acerca dos fatores que contribuem para o crescimento do suicídio entre os discentes da IES e destacando a importância de expor esse assunto dentro do ambiente acadêmico.

MÉTODO

Para a construção desse artigo foi realizada uma revisão literária nas principais fontes de pesquisa acadêmica nacionais e internacionais como SciELO, PubMed e Google Acadêmico que tem gerado com objetivo levantar dados para a discussão acerca da saúde mental do acadêmico universitário.

Na elaboração deste trabalho, foi necessário dividir em duas fases. Sendo a primeira fase uma investigação através de revisão literária com produções entre os anos de 2018 a 2024 que abordam sobre a saúde mental do universitário em período contemporâneo. Já a segunda fase é o levantamento de informações sobre os gatilhos de risco para o universitário ter a ideação suicida.

Sendo assim, como objetivo geral deste trabalho, busca-se destacar a importância de debater a acerca da inserção do jovem no ambiente acadêmico e correlacionar como as IESs podem

impactar na saúde mental desse jovem, analisando que poderá haver graves transtornos mentais que evoluem para pensamento, ideação e tentativa de suicídio.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após fazer o levantamento de dados pelas bases de dados nacionais e internacionais como SciELO, PubMed e Google Acadêmico, foram selecionados 8 artigos que abordaram a saúde mental dos estudantes universitários. Para que sejam comparados, chegando a um resultado qualitativo sobre o assunto, proporcionando uma reflexão e chegando a um desfecho individual acerca da questão levantada.

Na **Tabela 15.1**, houve o agrupamento dos artigos escolhidos de acordo com seu título e ano de publicação. Observa-se que foram preferidos aqueles cujo ano de editoração ocorreu nos últimos 6 anos, a fim de proporcionar uma análise atualizada e fidedigna. Além de que, optou-se por pesquisas que se relacionam diretamente com o tema do presente artigo.

Tabela 15.1 Catalogação dos estudos publicados quanto ao título e ano da publicação

Artigo	Título	Ano de publicação
1	Fatores de Risco Associados ao Suicídio em Universitários: Uma Revisão de Escopo.	2022
2	Ideação suicida na população universitária.	2022
3	Comportamento suicida em estudantes universitários.	2021
4	Suicídio em Estudantes Universitários: Ocorrência e Fatores Psicológicos e Sociais Associados.	2022
5	Suicídio entre os universitarios: uma análise da produção científica dos ultimos 10 anos.	2021
6	Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários	2018
7	*The rising trends of self-harm in Brazil: an ecological analysis of notifications, hospitalisations, and mortality between 2011 and 2022.*	2024
8	*A study among university students in the health area.*	2021

Na **Tabela 15.2**, a classificação dos artigos coletados quanto aos objetivos revelou interesse da sociedade científica em compreender os motivos e fatores que intensificam o comportamento suicida, como é o caso dos artigos 1, 2 e 3. Nos artigos 4 e 5, os autores buscaram dimensionar a ocorrência do suicídio e da ideação suicida nessa amostra. Também, o artigo 5, em conjunto com o artigo 6, delinearam aspectos de vulnerabilidade ao adoecimento psíquico presentes no ambiente universitário, buscando explorar os transtornos psiquiátricos e as repercussões do adoecimento psíquico ao desempenho acadêmico.

Ao passo que, os artigos 7 e 8 trazem dados estatísticos a respeito de notificações de lesões autoprovocadas, internações por automutilação, dados de suicídio por sexo, idade, raça e região com o intuito de avaliar o perfil de saúde mental com relação ao risco suicida entre estudantes universitários de uma instituição de ensino superior.

Desse modo, constata-se que a finalidade das publicações atuais é pesquisar a associação entre sofrimento psicológico, ideação suicida nesse grupo e definir quais as características do cotidiano e/ou socioeconômicas são fatores de riscos que podem gerar uma provocação mental a iminência do indivíduo atentar contra a própria vida.

Tabela 15.2 Classificação dos artigos de acordo com os objetivos

Artigo	Objetivo
1	Investigar os fatores de risco acadêmicos associados a ideação e tentativas de suicídio em estudantes universitários.
2	Analisar se há ideações suicidas, identificar quais são as motivações, e descrever o perfil sociodemográfico e econômico dos estudantes universitários.
3	Analisar a presença de fatores desencadeantes de comportamento suicida em universitários.
4	Investigar a ocorrência de ideação suicida em universitários, bem como sua relação com a presença de sofrimento psicológico significativo e características sociodemográficas.
5	Analisar e quantificar as produções sobre suicídio entre os universitários nos últimos dez anos (2010-2019).
6	Analisar as relações entre ansiedade, depressão e stress com a qualidade das vivências acadêmicas e a autoeficácia.
7	Relatar e examinar tendências temporais de notificações, hospitalizações relacionadas a lesões autoprovocadas e taxas de suicídio no Brasil entre 2011 e 2022, bem como investigar diferenças em características sociodemográficas, métodos e região.
8	Identificar fatores de risco para suicídio (sociodemográficos, educacionais, fatores clínicos, esperança, depressão maior e autoestima) entre estudantes universitários da área da saúde.

DISCUSSÃO

Saúde mental do universitário na contemporaneidade Saúde mental tem sido um tema de relevância nos dias de hoje, seja em espaço de trabalho, familiar ou no ambiente acadêmico essa tem sido uma temática de bastante debate na comunidade. A saúde mental não é o resultado isolado, mas sim o pilar da interação de três fatores: biológicos, psicológicos e sociais. Logo, saúde mental também conceitua como biopsicossociais (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017).

A partir dessa lógica de pensamento citada acima, ambientes como a universidade também podem ser gatilhos para alteração da saúde mental equilibrada. Já que, grande parte desse público são jovens que apresentam maior vulnerabilidade de desenvolver transtornos mentais. Segundo dados coletados cerca de 15 a 25 % apresentarão no decorrer da graduação algum transtorno mental como depressão, ansiedade ou estresse (ARIÑO & BARDAGI, 2018).

De acordo com FONAPRACE (CASTRO, 2017).

> "Numa amostra de 939.604 estudantes de IFES (Instituições Federais de Ensino Superior), 79,8% (794.804) relataram passar por dificuldades emocionais nos últimos doze meses. A ansiedade foi a dificuldade emocional mais assinalada pelos estudantes (58,36%). O desânimo/falta de vontade de fazer as coisas apresentou a segunda maior frequência na amostra (44,72%). Do total dos estudantes pesquisados, 30,45% (286.151) já procuraram atendimento psicológico."

Além disso, outro transtorno mental que pode acarretar a vida do estudante universitário é a depressão, no âmbito acadêmico essa doença pode vir influência de inúmeros fatores como

> Investigaram a relação de depressão com fatores de decisão de carreira em estudantes universitários em final de curso, salientam que aspectos vocacionais e dificuldades de carreira que envolvem autoconceito e identidade estão relacionados a maiores níveis de sintomas de depressão, com algumas diferenças em relação ao gênero (ARIÑO & BARDAGI, 2018).

Outro transtorno que também vem chamando atenção nas universidades é o burnout, pois está relacionado como uma experiência de esgotamento, decepção e exaustão física e emocional. Monzón afirma que a falta de controle

sobre um ambiente potencialmente gerador de estresse repercute no fracasso acadêmico (SCHABRACQ *et al.*, 2002; MONZÓN, 2007).

Como observado há inúmeros transtornos estão presente na vida universitária, isso nos chama a atenção para esse público, pois segundo a OMS, em 2021, 1 pessoa morre a cada 40 segundos por suicídio, além disso é a segunda maior causa de jovens de 15 a 29 anos, a idade onde encontra maior concentração de jovens que estão terminando o período escolar e estão ingressando na universidade. Logo, o maior motivos de preocupação é que 90% das vítimas apresentam algum transtorno mental, ou seja, uma pessoa com transtorno mental tem oito vezes maior chance de cometer suicídio (ALES, 2022).

Esses dados acima nos levam a reafirmar que uma pessoa enquanto jovem e universitário está mais vulnerável, sendo assim eles apresentam maior fator de risco para o suicídio. No levando a concluir que saúde mental deveria ser um tema mais abordado nas IESs, ou até mesmo trabalhado sobre a prevenção e conscientização sobre o autoextermínio e seus impactos.

Gatilhos que precipitam a ideação suicida no acadêmico

Sabe-se que a ideação suicida é um comportamento que necessita de diversos fatores para que ocorra. Dessa forma, analisando os artigos é perceptível que há condições que contribuem para tal situação, dentre elas estão, depressão, ansiedade, stress, vivências acadêmicas, baixa autoestima, e relacionamentos afetivos problemáticos (familiar, amigos e amorosos).

Os aspectos emocionais presentes na depressão e ansiedade, como bem-estar psicossocial, autonomia, otimismo e afetividade apresentam maior impacto de adoecimento dentre os estudantes. Pois, há uma predisposição de vulnerabilidade desses aspectos causando emoções negativas, como variações de humor, sentimento de tristeza, comparações entre o seu desempenho pessoal com os demais e sentimento de insuficiência (ARIÑO & BARDAGI, 2018).

O fato do distanciamento familiar traz um misto de sentimento de solidão e despertencimento daquele ambiente. Já que, ao entrar em uma universidade ocorre uma transição para uma vida com maior responsabilidade pessoal e sem acompanhamento dos familiares, onde o universitário terá que lidar com a própria capacidade de solucionar os problemas, enfrentar as dificuldades, tanto acadêmicas quanto individuais, colocando sua capacidade de executar ações do cotidiano em prova gerando condições propensas ao surgimento de ideação (ARIÑO & BARDAGI, 2018; MOREIRA *et al.*, 2022).

A adaptação ao ambiente acadêmico mostra-se um grande encorajador para a formação da ideação suicida. Em virtude do nível de exigência em relação ao processo de formação, a adaptação a um novo contexto, ansiedade acadêmica, novas rotinas de sono, novas demandas de organização de tempo e estratégias de estudo (SUNDE *et al.*, 2022; LIMA *et al.*, 2022).

Bem como a relação social com colegas da universidade, onde os indivíduos que tentaram suicídio frequentemente reportavam sentimento de solidão, apresentando dificuldade em fazer amizades e se sentiam insatisfeitos com seus relacionamentos pessoais (SOUZA & MARCOLAN, 2021; NASCIMENTO & MUNER, 2021).

Dessa forma, essas novas obrigações, dificuldades de relacionamentos e esse afastamento familiar são os gatilhos encontrados pelo discente. E devido ao fato de não conseguir sua ambientação dentro da universidade, com os colegas e ainda afastado do ambiente parental isso acaba refletindo de forma negativa em seu

desempenho semestral na faculdade, constituindo o pensamento suicida.

CONCLUSÃO

A graduação é um período marcado de incertezas e desafios abrangendo diversos fatores da vida, já que é um momento de passagem para a vida adulta. Por isso é uma etapa caracterizada por dificuldades relacionadas ao desempenho pessoal, social, que demanda maturidade e autonomia. E, essas demandas geram sentimentos de preocupação, incerteza e tristeza, que podem progredir para ideações suicidas.

O suicídio é uma questão pública, sendo assim, é importante salientar que são inúmeras as consequências dele, podendo envolver prejuízos emocionais aos familiares e amigos, sociais e econômicos. Devendo existir uma maior disseminação do cuidado da saúde mental entre esse público, políticas públicas voltadas para o adoecimento e o sofrimento psíquico.

Assim, faz-se uma reflexão sobre a importância de discutir nas Instituições de Ensino Superior em relação ao cuidado da saúde mental e prevenção do suicídio. Tendo que reconhecer as características mentais dos estudantes, para que possa possibilitar o planejamento de intervenções por meio de ações conjuntas na comunidade acadêmica, favorecendo a discussão e identificação das necessidades individuais. Pondo a disposição um suporte de apoio psicológico, físico e social, com estratégias voltadas para a prevenção e promoção da saúde mental, no intuito de diminuir a ideação suicida nesse público**.**

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALES – ASSEMBLÉIA LEGISLATIVA DO ESPÍRITO SANTOS. Homens estão entre as principais vítimas de suicídio, 2022. Disponível em: https://www.al.es.gov.br/Noticia/2022/09/43634/homens-estao-entre-as-principais-vitimas-de-suicidio.html. Acesso em 05/02/2024.

ALVES, F.J.O. *et al.* The rising trends of self-harm in Brazil: an ecological analysis of notifications, hospitalisations, and mortality between 2011 and 2022. Lancet Regional Health, v. 31, p. 100691, 2024.

ARIÑO, D.O. & BARDAGI, M.P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. Revista Psicologia em Pesquisa, v. 12, n. 3, p.44, 2018. https://doi.org/10.24879/2018001200300544.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA (ABP) & CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA (CFM). Suicídio: Informando para Prevenir, 2014. Disponível em: https://www.ufpb.br/cras/contents/documentos/cartilha-sobre-suicidio.pdf. Acesso em 05/02/2024.

CASTRO, V.R. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. Revista Gestão em Foco, v. 9, n. 1, p. 380, 2017.

GALVÃO, A.P.F.C. *et al.* Suicide risk assessment: A study among university students in the health area. Research, Society and Development, v. 10, n. 9, p. e19210917943, 2021. https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.17943.

GRANER, K.M. & CERQUEIRA, A.T.A.R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, n. 4, p. 1327, 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017.

LIMA, G.O.F. *et al.* Suicídio em Estudantes Universitários: Ocorrência e Fatores Psicológicos e Sociais Associados. Revista de Psicologia da IMED, v. 14, n. 1, p. 14, 2022. https://doi.org/10.18256/2175-5027.2022.v14i1.4384.

LIU, B.P. *et al.* Fatores associados de suicídio e repetição após automutilação: uma revisão sistemática e meta-análise de estudos longitudinais. eClinicalMedicine, v. 49, p. 101461, 2022. doi: 10.1016/j.eclinm.2022.101461.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Anualmente, mais de 700 mil pessoas cometem suicídio, segundo OMS, 2022. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/anualmente-mais-de-700-mil-pessoas-cometem-suicidio-segundo-oms. Acesso em 05/02/2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. "Saúde mental no trabalho" é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro. Biblioteca Virtual em Saúde. Disponível em: https: https://bvsms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalhoetema-dodiamundialdasaudemental2017comemoradoem10deoutubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o. Acesso em 05/02/2024.

MONZÓN, I.M.M. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. Apuntes de Psicología, v. 25, n. 1, p. 87, 2007. https://doi.org/10.55414/qvwpqj92.

MOREIRA, R.C. *et al.* Ideação suicida na população universitária. Research, Society and Development, v. 11, n. 2, p. e2711225318, 2022. https://doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25318.

NASCIMENTO, A.M. & MUNER, L.C. Suicídio entre os Universitários: Uma Análise da Produção Científica dos Últimos 10 Anos. Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia Escolar e Educação, v. 13, n. 1, p. 619, 2021.

SCHABRACQ, M.J. *et al*. The Handbook of Work and Health Psychology. Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd; Second Edition, 2002.

SOSTER, F.F. *et al.* Ideação suicida, tentativa de suicídio ou suicídio em adolescentes: revisão narrativa. Research, Society and Development, v. 10, n. 2, p. e54410212730, 2021. https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12730.

SOUZA, S.S. & MARCOLAN, J.F. Comportamento suicida em estudantes universitários. Research, Society and Development, v. 10, n. 15, p. e539101523424, 2021. https://doi.org/10.33448/rsd-v10i15.23424.

SUNDE, R.M. *et al.* Fatores de Risco Associados ao Suicídio em Universitários: Uma Revisão de Escopo. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 22, n. 2, p. 832, 2022. https://doi.org/10.12957/epp.2022.68656.